



Школа Родники


Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Полдник</u>			
200	<i>Компот из смородины</i>	Ккал-91, У/в-48	19-99
75	<i>Булочка с корицей</i>	Ккал-218, Белки-6, Жиры-4, У/в-42	14-63
Итого за Полдник(30)		Ккал-309, Белки-6, Жиры-4, У/в-90	34-62
<u>Комплекс1 (5-11классы)</u>			
100	<i>Индейка по Люблински</i>	Ккал-249, Белки-27, Жиры-18, У/в-10	75-74
180	<i>Макаронные изделия отварные.</i>	Ккал-222, Белки-6, Жиры-5, У/в-39	11-31
123	<i>Яблоко</i>	Белки-1, Жиры-1, У/в-13	17-71
200	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-58, У/в-15	2-83
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 5-11 (110-00)		Ккал-577, Белки-36, Жиры-24, У/в-88	109-99
<u>Комплекс (1-4 классы)</u>			
100	<i>Поджарка из индейки</i>	Ккал-205, Белки-15, Жиры-14, У/в-5	60-60
150/17	<i>Макаронные изделия отварные / овощи</i>	Ккал-182, Белки-5, Жиры-4, У/в-32	15-15
200	<i>Чай с сахаром</i>	Ккал-58, У/в-15	2-83
25	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за 1-4 (81-02)-завтрак		Ккал-493, Белки-21, Жиры-18, У/в-62	80-98
<u>Обед 5-11классы</u>			
250/20	<i>Уха рыбацкая .</i>	Ккал-148, Белки-3, Жиры-3, У/в-12	22-87
100	<i>Котлета рубленая из филе куриного с отрубями</i>	Ккал-332, Белки-20, Жиры-39, У/в-332	61-66
200/37	<i>Капуста тушеная /овоци</i>	Ккал-121, Белки-5, Жиры-3, У/в-18	35-91
200	<i>Компот из кураги</i>	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	14-93
27	<i>Хлеб Крестьянский витаминизированный</i>	Ккал-52, Белки-2, У/в-11	2-59
25	<i>Хлеб Чусовской обоготенный йодом</i>	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед5-11(140-37)		Ккал-789, Белки-31, Жиры-45, У/в-405	140-36

Директор

Роганов
Владимир
Владимирович




Бухгалтер



Заведующая
производством
столовой

Луконина Ольга
Алексасовна



Согласовано

